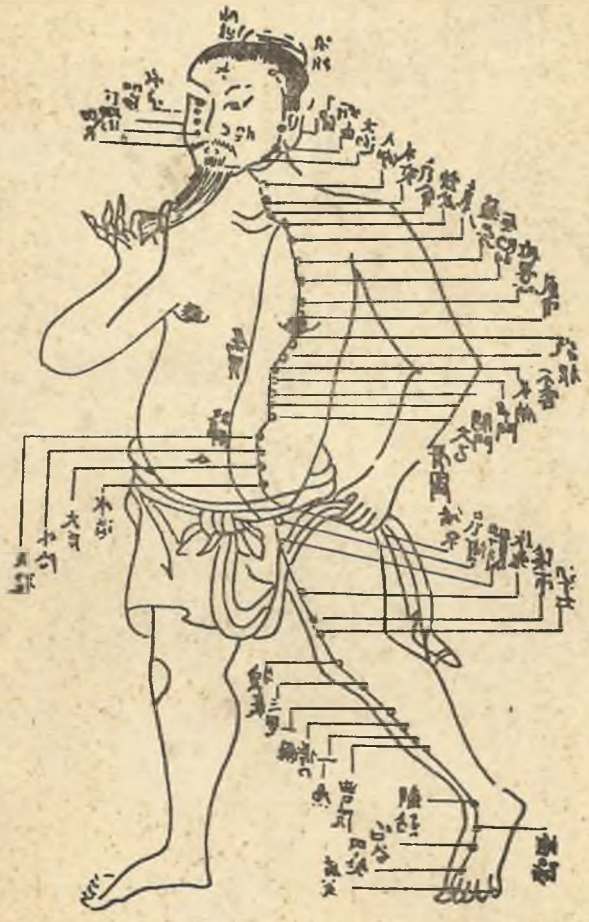
AKUPUNKTUR



BİLİM ARAŞTIRMA GRUBU

AKUPUNKTUR

1. CİLT

Hazırlayanlar

Halûk Egemen SARIKAYA Cahit CÜMBÜŞEL

TAŞ Matbaası

İstanbul - 1977

ÖNSÖZ

Akupunktür, binlerce yıldır tıbbî bir tedavi yöntemi olarak geçerliğini ve varlığını sürdüren ve çağımızda pek çok elverişli yanlarıyla da ön plânda bir tedavi usulü olarak gözetilen ender tarihsel tıbbî gerçeklerden biridir.

Özellikle insan varlığının biyolojik yapısının klasik anlayışla bilindiği kadarıyla kalmasında ısrar eden pek çok tıbbî çevre ve otoritelere insanın görünen biyolojik, organik yapısının, görünmeyen (ve giderek keşfedilen) suptil biyolojik organizmalar tarafından kontrol altında tutulduğunun bir diğer açıdan kanıtı olmaktadır Akupunktür teori ve pratikleri.

Biyolojik fizik organizma, anlaşılıyor ki, birbiri üzerine yerleşmiş çeşitli suptilitelerdeki bedenlerin en kaba sonuncusu olmaktadır ve diğer suptil bedenlerden çeşitli şekillerde etkilenmekte ve onları etkilemektedir.

Artık günümüzdeki üstün bilimsel olanak ve incelemelerle bu suptil bedenlerin organizma bütünlüğü içerisindeki yerleri çeşitli yöntemlerle belirlenmekte, ve onların yapıları araştırılarak insan varlığının görünmeyen asıl mahiyetine nüfuz edilmeye çalışılmaktadır.

Bilim Araştırma Grubu Adına
Halûk Egemen SARIKAYA

İÇİNDEKİLER

1. BÖLÜM

AKUPUNKTÜR VE TARİHÇESİ

a — İlk Akupunktür Kitapları ve Eski Dünyada Uygulanımı
b — Akupunktür'ün Tarihi ve Bulucusu
c — Beş Esas Yapılı Spekülatif Öğretiler
d — Yin ve Yang Enerjileri
e — Akupunktür ve Anestezi
f — Akupunktür, İlâçlar ve Hastalıklar
g — Akupunktür ve Başarı Koşulları

2. BÖLÜM

ÇİN'DE AKUPUNKTÜR, DOKTORLAR VE GÖZLEMLER

a — Çıplak - ayaklı Doktorlar ve Akupunktür
b — Edgar SNOW ve ÇİN'de Akupunktür Gözlemleri

3. BÖLÜM

AKUPUNKTÜR MERİDYENLERİ VE AKIM NOKTALARI

a — Akım Noktaları ve Meridyenler
b — Yin ve Yang Enerjilerinin Yeni Yorumları
c — Oniki Merkez Meridyen
d — Meridyenler Üzerindeki 5 Temel Uyarı Noktası

1 — Harmoni Noktası (H. Nok.)
2 — Uyarıcı Nokta (U. Nok.)
3 — Sakinleştirici Nokta (S. Nok.)
4 — Alarm veya Mu Noktası (Mu. Nok.)
5 — Özel Nokta (Ö. Nok.)

e — Merkez Meridyenlerin Akımları

1 — Kalp Meridyeni
2 — İnce Bağırsak Meridyeni
3 — Mesane Meridyeni
4 — Böbrek Meridyeni
5 — Kalp Uzmanı Meridyeni
6 — Üç Bölümlü Isıtıcı Meridyeni
7 — Safra Kesesi Meridyeni
8 — Karaciğer Meridyeni
9 — Akciğer Meridyeni
10 — Kalınbağırsak Meridyeni
11 — Mide Meridyeni
12 — Dalak Meridyeni
13 — Konsepsiyon Meridyeni
14 — Yönetici Meridyen

f — Meridyenler ve Üzerlerindeki Başa Ait Noktalar
g — Meridyenlerin Genel Fonksiyonları ve İlgili Organları
h — Önemli Bir Not

1. BÖLÜM

AKUPUNKTÜR VE TARİHÇESİ

Orta doğunun zengin kültürü hiç bir zaman gözden düşürülememiştir. Yalnız yabancı kuvvetlerin baskısı ve iç çatışmaların etkisi altında uzun bir süre durgunluk ve atalet göstermiştir. Çin ihtilâlinin Mao Tse-tung ile başarı kazanmasından sonra, ilâç sanayiinde adeta bir Rönesans yapılmış ve ileriye doğru büyük bir atılım gerçekleştirilmiştir. Böylece içeriğini tamamiyle muhafaza eden ve de başarılı olan eski tedavi yöntemleri yeniden keşfedilmiştir.

Mao Tse-Tung, Akupunktür için: «Bu halk ilâcı büyük bir hazinedir.» demiştir.

Akupunktür, ince bir iğneyi derinin (Vücudun) belirli derinliklerine sokmak ve çıkarmak biçiminde uygulanan eski bir Çin tıp yöntemidir. Akupunktür öğreniminde gerçekten önemli olan tek şey, tedavisi yapılacak hastalığa göre deriye hangi noktada nüfuz edileceğini bilmektir.

Bedenin, çoğunlukla, hastalığın merkezinden çok uzakta bulunan bir bölgesinde uygulanan bir iğne batmasının söz konusu rahatsızlığı iyileştirebileceği düşüncesi alışılagelmiş kanılara ters düşmektedir. Maalesef birçok doktorun, kendi çabalarının sonuç vermediği vak'alarda Aku-

punktür ile iyileştirilmiş bulunan bir ya da birkaç hasta ile karşılaştıklarında bile ortadaki kanıtlara inanmayı reddettikleri görülmektedir.

a — İlk Akupunktür Kitapları ve Eski Dünyada Uygulanımı :

Ayrıntılı bilgiler içeren ilk Akupunktür kitabı M.Ö. 200 yıllarında yazılmış olan «Hungdi Neiging Suwen»dir. Çin'de herhangi bir konu üzerine yazılmış en eski bilimsel incelemelerden biri olan bu kitap, Profesör Ilza Veith tarafından «Sarı İmparatorluğun Dahili Hastalıklar Üzerine Klasik Eseri» adı altında İngilizceye çevirmiştir.

Akupunktür sadece Çinliler'in kullanımında kalmaz. M.Ö. 1550'den kalma Ebers papirüsü eski Mısır'a ilişkin tıbbî incelemenin en önemlisidir. Bu eserde «VESSEL»ler konusunda yazılmış bir kitaptan söz edilmektedir ki, bunlar Akupunktür'ün 12 Meridyeni olabilir. Mısır'lıların bu «VESSEL» sözcüğüyle damarlara, atardamarlara, ya da insan bedeninin kol ve bacaklarına değinmiş olmaları kesinlikle olanaksızdır.

Güney Afrika'daki Bantu'lar bazı hastalıkların tedavisinde vücudun belirli yerlerini çizerler.

Bazı Arap kabilelerinde Siyatik tedavisi için kulağın bir bölümünü madenî bir çubukla dağlamak yöntemi uygulanır.

Yine bazı Eskimoların da keskin taşlarla basit Akupunktür uygulaması yaptıkları saptanmıştır.

Brezilya'da tecrit edilmiş bir halde yaşayan yamyam bir kabile'nin yerlileri, vücudun belirli bölgelerine ufacık [illegible] ürler. Bu yerli'erin [illegible] n

tek gözlemci de, kabiledekilerin bariz bir şekilde Moğol ırkının özelliklerini taşıdıklarından ötürü, bunun Akupunktür ile bir ilişkisi olabileceğini belirtmiştir.

Ortaçağ Avrupasında uygulanmış olan dağlama yönteminin de Akupunktür geleneğinden gelmiş olması olasıdır. Ancak bu, sadece iltihaplanmış ya da acı veren yerlere uygulandığından, Akupunktür'ün en basit biçimi olan ve uzak bölümün değil de, sadece «locus dolenti» (ağrılı nokta) nin uyarıldığı bir yöntem şeklinde belirmektedir.

Çin'lilerin ilkel ya da yukarıda sözü edilen yerel Akupunktür biçimlerine en büyük katkıları kendi içinde oldukça bütünleşmiş olan sistematik bir yöntem geliştirmiş olmalarıdır. Ayrıntıları sistemleştirilen ve konu üzerine yazılmış çeşitli kitaplarda tanımlanan bu yöntem üniversitelerde öğretilmekte ve **deneysel şartlar altında istenildiği kadar tekrarlanabilmektedir.**

b — Akupunktür'ün Tarihi ve Bulucusu :

Akupunktür'ün tedavi alanı sadece narkozsuz ve acısız ameliyatlar değildir. O, her türlü hastalık için tedavi edici, ağrı ve acı dindirici bir yöntemdir. Ayrıca klasik tedavi yöntemlerine de katkıda bulunarak doktorlara her türlü iyileştirme işlemlerinde onlara yardımcı olmaktadır. Uzun yıllardan beri yapılan deney ve gözlemler ortaya koymuşturki, Akupunktür ile gerçekleştirilen tedaviler geçici değildir. Çünkü doğuda barutun, kâğıdın, çiçek aşısının, porselenin, ipeğin ve pusulanın bulunmasından çok önce Çin'liler hastalıklarını Akupunktür ile tedavi etmekteydiler. Bu yöntem Çin'de 5000 yıldan beri kullanılmaktadır. Ne varki, Akupunktür'ün kullanılmaya başlandığı kesin tarih bilinmemektedir. Fakat onun bulucusu olarak Huang-ti «Sarı İmparator» zikredilmektedir. Eski efsanelerde anlatıldığına göre, Huang-ti M.Ö. 2698 ile

2598 yılları arasında yaşamıştır. Bu hükümdar yüz yıllık uzun yaşamı boyunca Akupunktür'den ayrı olarak tekerlekli arabayı ve parayı bulmuş, müziği belli bir sistem ve düzen içerisine koymuş ve ilk defa bilimsel olarak yıldızları gözlemlemiştir. Fakat şunu da belirtmekte yarar vardır ki, bu söylenenleri kesin olarak kanıtlayıcı bir belge mevcut değildir. Ama 5000 yıllık olduğu söylenen Akupunktür gerçektir ve bugün de bütün muhteşemliği ve harikulâdeliği ile ortadadır.

Son yıllarda arkeologlar tarafından Çin'in sayısız bölgelerinde ilkel Akupunktür aletleri bulunmuştur. Bunların en eskileri Akupunktür noktalarını gösteren heykellerdir ve ilk çağlara aittirler, yani Huang-ti'nin hükümdar olduğu zamanlara. En eski Akupunktür kitapları 2000 yıllıktır. Bunlar Akupunktür tedavi yöntemini o denli başarılı yazmaktadırlar ki, bugün bile birçok tedavilerde kaynak olarak kullanılabilirler. Akupunktür'ün ana prensipleri binlerce yıldan beri değişmemiştir. Fakat çok az da olsa değişen teorik esas ve filozofik ayrıntılardır. Bunlar da şüphesiz tesir ve etki biçimlerini açıklayan kısımlardı. Bugün büyük bir kısmı unutulmuştur. Fakat Akupunktür'ün şaşırtıcı başarısı değişmemiştir. Tersine son yirmi yıl içinde yapılan yoğun çalışmalar bu sanatın birçok ince noktalarının açığa çıkmasına sebep olmuştur. Akupunktür esrarlı filozofik ve teolojik nedenlere bağlı kalmadan birçok hastalığı tedavi etmektedir. Çin'liler Akupunktür'ün tedavi yöntemleri hakkında doyurucu kanıtlar getirmektedir.

c — Beş Esas Yapılı Spekülatif Öğretiler :

Çinliler doğada 5 ana element kabul ederler, bunlar: Toprak, ateş, odun, metal ve sudur. 5 mevsim kabul ederler, bunlar: İlkbahar, yaz, yaz sonrası, sonbahar ve kıştır.

5 yön kabul ederler, bunlar: Kuzey, güney, doğu, batı ve ortadır. 5 planet kabul ederler, bunlar: Merih, Venüs, Merkür, Jüpiter ve Satürn'dür. 5 atmosfer olayı kabul ederler, bunlar: Rüzgar, kuruluk, sıcaklık, nem ve soğuktur. Ve son olarak, 5 renk, bunlar: Sarı, kırmızı, mavi, beyaz ve siyahtır. Bu spekülatif teoriler pek geçerli ve mantıki görülmemektedir. Bilimsel realite bunları direkt olarak yadsımaktadır. Örneğin, planetlerin sayısı, renkler, yönler v.b. çağdaş bilimsel realitelerin dışında kalmaktadır. Aynı düşünce, eski bir Çin görüşü olan «Mikrokozmoz» yani insan vücudu için de geçerlidir. Bu düşünüşün esası şudur: İnsan vücudu evrenin, bir yansımasıdır. Burada beş duyu organı vardır. Göz, ağız, dil, burun ve kulak. Beş yapı elementi, sinir sistemi, kan damarları, adeleler, kemikler, tüyler. Beş ruhsal durum, öfke, sevinç, üzüntü, endişe, korku ve son olarak insanın yaşamındaki beş merhale, doğum, çocukluk, erginlik, olgunluk ve ölüm. Bu Çin ilâcı eski filozofik spekülasyonları, bugünkü biyolojik bulguların ışığı altında, terketmiştir. Fakat bu, bu şaşırtıcı tedavi yönteminin başarılarına gölge düşürmemiştir. Aksine Akupunktür'ün başarıları sonucu, konuya ilişkin olarak insan vücudu ve evren ile ilgili mistik düşünceler inceleme alanına sokulmuştur.

d — Yin ve Yang Enerjileri :

Halihazırda bir enerji türü olarak belirtilen «Yin» ve «Yang» diye bir şey yoktur. Tıbbî açıklamalardan önce bu iki karşılıklı kuvvetin tüm hastalıkların sebebi olduğu kabul ediliyordu. «Yin» soğuk, pasif, dişi ve karanlık prensipleri temsil eder. Enerji akımı olan «Yang» ise sıcak, aktivite, erkek ve aydınlık prensiplerini temsil eder.

Çin'in birçok kentlerinde, örneğin Pekin ve Şang-

hay'da yirmi yıldan beri, Akupunktür ve Akupressör (parmak masajı ile tedavi) yöntemleri üzerinde çalışmalar yapan araştırma enstitüleri çalışmalarını aralıksız sürdürmektedirler. İlk iş olarak Akupunktür'ün nasıl etkide bulunduğunun açıklanması gelmektedir. Bu, Çinli araştırmacılar tarafından ancak yüzde 50 çözülebilen bir sorundur. Çin'deki araştırma enstitülerinde kullanılan çağdaş araştırı yöntemleri sonucu majik bir teori olan «Yin» ve «Yang» enerjilerinin olmadığı, bu teorinin yanlış olduğu saptanmıştır. Sadece bu kadar. İnsanın organları, pasif olanlar, depo edici ve biriktirici olanlar, Yin-organları; aktif olanlar, yenileyici olanlar, Yang-organları olarak belirtilmekte ise de bu ifadeler Çin'li doktorlar tarafından da benimsenmemektedir. Bu konuyu ilgili mistikler şu şekilde anlatmaktadırlar: Akupunktür'ün bedeni etkileme esası beş sayısına dayanmaktadır. Beş adet Yin-organı vardır, bunlar akciğer, dalak. kalp, böbrek ve karaciğerdir. Yine beş adet Yang-organı vardır. Bunlar ise kalın bağırsak, ince bağırsak, mide, mesane ve safra kesesidir.

e — Akupunktür ve Anestezi :

Ve yeni aşamalar ancak eski dar görüşlerin aşılması ile mümkündür. Buna en güzel örnek ise büyük ameliyatlarda Akupunktür-anestezi yönteminin kullanılmasıdır. 10 yıldan beri birçok ameliyatlarda, örneğin mide, akciğer ve hatta kalp ameliyatlarına değin, Akupunktür ile sağlanan anestezideki başarı, onun hakkındaki tüm şüpheci düşünceleri ortadan kaldırmıştır. Sonuç olarak yapılan çalışmalar ve elde edilen başarılar Akupunktür'ün kesin ve çok yönlü bir tedavi yöntemi olduğunu kanıtlamıştır. Fakat Çin'de bile bugün dahi konuşulan ve henüz bir açıklığa kavuşmamış olan bir konu vardır: Bu Aku-

punktür'ün ne türlü bir mekanizma ile tedavi veya anesteziyi oluşturduğudur. Çin'li doktorlarca gerçekleştirilen çok yoğun araştırma ve çabalar sonucu dahi, bugüne değin, Akupunktür'ün işleyiş mekanizmasının hangi biyolojik nedenlere dayandığı bir türlü saptanamamıştır. Bunun ne olduğu hakkında Çin'li doktorlara yöneltilen sorulara genel olarak şu cevaplar alınmıştır: «Bilmiyoruz. Bildiğimiz tek şey Akupunktür'ün gerçekten işe yaradığıdır.»

Spekülatif açıklamalar ve görüşler Akupunktür'ün tesir mekanizmasına ilişkin bir açıklık getirememektedir. Buna karşılık olarak biyolojik ve bilimsel veriler de bu konuya bir açıklık getirememektedir. Bu adeta bir —akademik— eksiklik, mesele ve sorundur. Metod kesinlikle esrarengizlik taşımamaktadır. Tedavi için vücudun bazı bölgeleri kullanılmaktadır ki, bu noktalar da bilinmektedir. Bu metod sayesinde günde milyonlarca deney ve uygulama yapılabilmektedir. Akupunktür sadece büyük ameliyatlarda, anestezinin sağlanması için kullanılmamaktadır. O daha birçok hastalıklarda (basit, alışılmış hastalıklar) ağrı ve acıyı dindirmektedir. Kronik rahatsızlıklarda hafifletici, azaltıcı ve tedavi edicidir. Nöbetli hastalıklarda nöbet süresini kısaltmakta ve organların normal fonksiyonlarına dönmelerini sağlamaktadır.

Çin'li doktorların geçtiğimiz yıllarda yaptıkları birçok tedavilerde başarılı sonuçlar almaları, Avrupa'lı ve Amerika'lı doktorların tepkileri ile karşılanmış ve buna ilişkin olarak tarihte hiç bir vak'a kaydedilmediği öne sürülmüştür, kritikçilerce.

Günümüzde Çin'in belli başlı büyük kentlerinde, bir çok hasta bayıltılmadan ameliyat edilmektedir. Doktorlar, Akupunktür yöntemi ile kanserli tümör, safra kesesi ve akciğer ameliyatlarına değin birçok operasyonları, ba-

yıltmadan, ağrısız ve acısız başarı ile gerçekleştirmektedirler. Sözgelimi kulağın ve elin belirli bölgelerine batırılan çok ince, küçük iğneler, bu işin temelini oluşturmakta ve bu türlü ameliyatlarda acı duymayı kesinlikle önlemektedir.

Oysa bu türlü operasyonlarda sadece narkoz kullanan Avrupa'lılar bu yeni yöntem karşısında şaşkına dönmüşlerdir. Fakat Çin halkı için, doktorlarının kullandığı bu yöntem, katiyen esrarlı bir bilmece değildir. Akupunktür yöntemi onlarca çok iyi bilinmekte ve tanınmaktadır. Akupunktür Çin'de binlerce yıldan beri bilinen ve uygulanan bir halk ilâcı, bir tedavi yöntemidir. Ve son yirmibeş yıl içerisinde tüm dünyada ancak popüler olmaya başlamıştır.

Çinli doktorlara göre Akupunktür, yan tesiri olmaması, masrafsız olması ve kullanılma sahasının genişliği nedeniyle büyük yararlar sağlamaktadır. Akupunktür'le bu güne kadar 90 çeşit hastalık üzerinde 100.000 civarında ameliyat yapılmıştır. Ameliyatın çeşidine göre, hastaların, vücudunun çeşitli yerlerine batırılan iğneler acı duymayı önlemektedir. Bayıltmadan ameliyat yapma olanağı sağlayan bu metodun büyük yararlar sağladığını söyleyen Çinli doktorlar «İlâçlarla yapılan anestezilerde, ameliyat sonrası görülen baş ağrısı, mide bulantısı, iştahsızlık, Akupunktür'de görülmemektedir» demektedirler. Ayrıca Akupunktür'le yapılan anestezide hasta kendini kaybetmediğinden, ameliyat sırasında yanlışlıkla sinire dokunmalar olursa, hasta doktora bunu söylediğinden, kötü durumlar önlenmekte ve ameliyatın daha başarılı geçmesi sağlanmaktadır.

f — Akupunktür, İlâçlar ve Hastalıklar :

Batı tıbbı ile değil de Akupunktür ile tedavi edilebi-

len birçok hastalık ya da hastalık sayılamıyacak çeşitten fizyolojik fonksiyon bozuklukları vardır. (Physiological Dysfunctions) Bunun yanında, Akupunktürcü tarafından denetlenmeyip de ancak batı tıbbı sayesinde tedavi edilebilen hastalıklar da mevcuttur.

Bazı doktorlar ya da hastalar, pratiğinin dayandığı kuramların şüphe götürür cinsten olduğu tesir mekanizmasının tam olarak açıklanamadığı bir tıp biçiminin nasıl uygulanabildiğini hayretle karşılayabilirler. Aynen bir doktor hastasının bedeninde yaratacağı etkiyi bildiğinden ötürü ona nasıl Aspirin veriyorsa, bir Akupunktürcü de bedenin uygulama sonucu göstereceği tepkiyi bildiği için iğnesini belirli bir Akupunktür noktasına sokacaktır.

Karşı konulmaz bir gerçek olarak birçok hastalıklar ancak doktorların müdahaleleri, çağdaş araç, gereç ve ilâçlarla tedavi edilebilmekte veya kısmen iyileştirilmektedir. Buna kanserin bütün çeşitleri, ağır iç hastalıklar ki bunlar organ değişikliklerini gerektirmektedirler; belirli bulaşıcı hastalıklar ve diğerleri girmektedir ve bunların tümü de cerrahî operasyonları gerektirmektedir.

İlâçlarda hiç bir mucize yoktur. Her iyileşmenin biyolojik sebepleri vardır. Akupunktür yöntemi de bu konuda bir ayrıcalık taşımaz. Akupunktür yöntemini uygulayan Çinli doktorlar ne şarlatandır ne de büyücü. Fakat gerçek olan şudur ki, onların teknikleri mucizeler yaratmaktadır.

Bugün Çin'de arzu eden her tıp öğrencisi, dünyanın hemen her yanında olduğu gibi, Batı anlamında tıp uygulaması öğrenimi için bir üniversiteye girebilir. Bunun yanı sıra, bu öğrenci, aynı üniversitenin bir başka bölümünde geleneksel Çin tıbbını öğrenmeyi de tercih edebilir.

Çin'de bazı hastahanelerde her iki tıp öğreniminden gelen doktorlar birlikte çalışmaktadırlar. Operatör ameliyat yaparken, Akupunktür'cü de ameliyat sonrası (post-operative) idrar tutulmasını (retention of urine) tedavi eder. Böylelikle, sonda kullanmaya gerek kalmadığı gibi, ameliyat sonrası Akciğer iltihabını (pneumonia) önlemek üzere ciğerler de uyarılmış olur.

g — Akupunktür ve Başarı Koşulları :

Bazı Avrupalıların uğradıkları başarısızlıklar onların uzmanlarca yetiştirilmemiş, dolayısıyla belirli noktaların yerlerini iyi saptayamamış olmalarından ileri gelmektedir. Noktaların gerçek yerlerini ve onların hangi hastalığın tedavisinde kullanılacağını bilen herkes Akupunktür ve Akupressör teknikleri ile hem kendini hem de diğer insanları tedavi edebilir.

Şu noktayı önemle belirtmek isteriz ki, bu türlü bir tedavinin gerçekleşmesinde başarı yüzdesinin artması, hasta ile doktorun gerçekten karşılıklı anlayış, güven ve çabaları ile mümkündür. Öncelikle teşhis çok önemlidir. Gerçek teşhis tedavi için atılmış olan en önemli adımlardan biridir.

Bu iş sadece uzman doktorlarca değil, biraz dikkat ve samimiyet gösteren herkes tarafından kolayca başarılmaktadır. Akupunktür'den yararlanılmak isteniyorsa, birinci prensip olarak sabır ve dikkat seçilmelidir. Bu tedavi yönteminin uygulamasında hiç bir tehlike söz konusu değildir. Çünkü bu hergün milyonlarca insan tarafından kullanılmaktadır ve bugüne değin milyarlarca insanda başarıya ulaşmıştır. Başarı kesindir, yeterki hata yapılmasın. Akupunktür'ün temeli akım noktaları

ve meridyenlere dayanmaktadır. Dikkat edilmesi gereken husus tesir edici noktaların bulunmasıdır.

Araştırmalar göstermiştir ki Akupunktür yöntemi ilk bakışta karışık görülmemektedir. Akupunktür'ün kurallarına uyulduğu, akım noktalarının ve meridyenlerin yerleri iyi saptandığı ve işin ilk bakışta görüldüğü kadar kolay olmadığı benimsenir ve uygulanırsa herkes için geçerli bir tedavi yöntemi olduğu görülecektir.

2. BÖLÜM

ÇİN'DE AKUPUNKTÜR, DOKTORLAR ve GÖZLEMLER

Çin'de bütün doktorlar Akupunktür'le tedavi metodunu biliyor. Masrafsız olduğu ve iyi sonuçlar alındığı için rağbet gördüğü belirtiliyor. Çin'de tıp bilgisi olanlara, 3 ayda Akupunktür'le tedavi metodu öğreten uluslararası kurslar da açılmıştır.

a — Yalın-ayaklı Doktorlar ve Akupunktür :

Çin'de devlet yönetimi değişikliğinden sonra, alınan kararla, Akupunktür hakkında bilinenlerin tümünün Çinlilerce tanınmasına başka bir deyişle onun genelleştirilmesine karar verildi. Böylece kültürlü bazı Çin doktorları tarafından 1949 yılından itibaren geniş kitleler Akupressör ve Akupunktür yöntemleri hakkında aydınlatılmaya başlanmıştır. Bu şartlar altında başlayan çalışmalar giderek yoğunlaşmış ve bugün bu konuya ilişkin olarak bir senteze ulaşılmıştır. Ayrıca Çin'in devlet rejimi değişikliğinden önce Amerika ve Avrupa'da tahsil görmüş olan doktorlar da, bugün Akupunktür yöntemlerini kullanmaktadırlar. Ve böylece bugün Akupunktür-anestezisinin tüm ameliyatlarda kullanılması alışılagelmiş bir yöntem halini almıştır. Ayrıca Akupunktür yöntemini öğrenen milyonlarca kişi bunları uygulamaktadır ki, bunlar «yalınayaklı doktorlar» diye tabir edilmektedir. Bunlar bugün Çin'deki tedavilerin esas elemanlarını teşkil etmektedirler. Bu «yalınayaklı doktorlar» her meslektendirler. Bunlar mec-

buri olan koruyucu aşıları olduktan sonra küçük yaralanmaları ve günlük her türlü hastalıkları başarı ile tedavi edebilmektedirler. Fakat her şeyden önce bunlar Akupunktür'ün kullanılma alanının genişlemesine ve onun geniş kitlelerce benimsenmesini sağlamaktadır. Çünkü her «yalınayaklı doktor» bu ünvanı almadan evvel belli bir kurs devresi geçirmektedir. Bu kursta Akupunktür noktaları ve iğneleri ne şekilde batırılacağı kendilerine kursörler tarafından öğretilmektedir. Bu kurslardan amaç, hangi meslekten olursa olsun, samimî ve istekli olan kimselere belli bir seviye kazandırmaktır ki bu seviye de onların yukarıda bahsedilen hastalıkları tedavi etmelerine yetmektedir. Yoksa bu kurslar Akupunktür ve Akupressör hakkında uzmanlar yetiştirmemektedir. Basit, küçük günlük hastalıkların tedavisi amaçlanmıştır. Böylece çiftçiler, askerler ve ev hanımlarına kadar isteyen herkes, birkaç hafta içerisinde bu yöntemi öğrenip, uygulamaya geçebilmektedir. İş bu kadarla da bitmemektedir.

Her Çinli tarafından, hastalıkların teşhis ve tedavisinde önemli rol oynayan vücudun belirli yerlerindeki Akupunktür ve Akupressör noktaları da bilinmektedir. Çin'de bu bilgiler okullarda öğretilmektedir. Akupunktür'ün temel ilkeleri okulların ders programına dahil edilmiştir. Ayrıca bu öğreti okul çağlarında bile Çinliler için teori alanında kalmamaktadır. Çünkü isteyenlere pratik yapma olanakları da sağlanmaktadır. Öğrencilere vücuttaki Akupunktür noktalarının yerlerini, hangi noktaların hangi hastalıkların tedavisinde kullanılacağı, iğne saplama yöntemleri ve ağrılardan kurtulmak için Akupressör öğretilmektedir.

b — Edgar Snow ve Çin'de Akupunktür Gözlemleri:

Ben devrimden önce Çin'deyken, Akupunktür'ün ve

Moxsibustion'un (1) ne olduğunu anlamak için ciddî bir çaba göstermemiştim. Çoğu yabancılar gibi ben de, ampirik Çin ilâçlarını bir şarlatanlık olarak görüyordum. 1960'da Çin'e ilk geri dönüşümde, bunun daha dikkatle incelenmeye değer bir konu olduğunu farkettim. 1958'den bu yana, bütün batı eğitimi görmüş doktorlardan, en az altı aylarını, iki bin iki yüz yıllık bir yazılı tarihi olan ve binlerce ciltlik yazıları, reçeteleri, ayrıntılı hastalık ve tedavi tariflerini kapsayan geleneksel tıbbı incelemeye ayırmalarının istenildiğini öğrendim.

Çinli ve yabancı doktorlarla Akupunktür konusunda birçok konuşma yapmıştım, ama gene de Akupunktür'le ilgili en özlü bilgiyi, ABD Kamu Sağlık Servisi baş cerrahlarından Dr. William Y. Cen'in 1961'de hazırladığı bir raporunda buldum. Dr. Cen, Çin hakkındaki kişisel bilgilerine, son zamanlarda Çin'de bulunmuş yabancı doktorların verdiği bilgilerin incelenmesine ve Çin'deki tıbbî uzmanlık dergileri «en önemli yirmi beş tanesi» taranarak yapılan bir tahlile dayanan inceleme yazısında Akupunktür konusunda şunları söylüyordu.

Geleneksel Çin tıbbı, 4000 yıllık pratik deneylere dayalı ampirik bir tedavi sanatıdır. Geleneksel Çin tıbbının basit sağlık ve hastalık anlayışı, bedenin Yin (olumsuz) ile Yang (olumlu) adı verilen iki güç arasındaki işlevsel uyumluluğuna ya da uyumsuzluğuna dayanır. Geleneksel Çin tıbbının anatomik ve fizyolojik bakımdan sunacak hemen hiç bir şeyi yoktur; ama otlar ve ilâçlar ve hastalık gözlemlerini tarif eden tıbbî yazılarla dolu geniş ciltlerin değeri büyüktür. Bu ilâçların ve Akupunktür, Akupressör, Moxibasyon ve solunum tedavisi gibi iyileştirme sanatlarının sonuçları hiç şüphesiz kendi pratik de-

---

(1) Cilt üzerinde özel nebat yakma.

ğerlerine sahiptirler. Akupunktür tedavi şekli, iğnelerin belirli noktalardan vücuda batırılmasından ibarettir. İğneler ince ya da kalın, kısa ya da uzun (üç santimden yirmidört santime kadar) olabilir. İğneler, çeşitli derinliklerde farklı dokulara ya da organlara batırılıp onları uyardıklarında, fizyolojik reaksiyonlara yol açar ve böylece iyileştirici sonuçlar sağlarlar.

Çin'de bütün Akupunktür'cüler hastanelere bağlıydı ve hemen bütün hastanelerin Akupunktür uzmanları vardı. Bunların bir çoğu düşük voltajlı elektrik yüklü iğneler kullanıyordu. Tedavi bazen radyoterapiyle (ışın tedavisi) de birleştiriliyordu. Dr. Cen şöyle devam ediyordu:

Varsayım, iğnelerin batırıldığı yerlerdeki uyarımların, çevresel sinirlerden beyin kabuğuna aktarıldığını ve hastalığın beyinde meydana getirdiği tahrişleri önlediği yolundadır. Böyle bir açıklama Pavlov'un şartlı refleks teorisiyle uyum halinde görünüyor.

Akupunktür, apandisit gibi cerrahî vakalardan şeker hastalığı gibi müzmin vakalara kadar hemen bütün hastalık çeşitlerinde geniş bir şekilde kullanılmıştır. Akupunktür'ün, sinir sistemiyle ilgili ya da kökeni sinirsel olan hastalıklarda en iyi sonuçları verdiğine inanılır. Yüz felci, eklem iltihabı ve ekzema tedavisinde iyi sonuçlar alındığı saptanmıştır. Bir Rus doktoru, kendisinde uzun zamandır varolan müzmin eklem iltihabının Akupunktür sayesinde bir hayli düzeldiğini bildirmiştir. 1958'de Çin'e giden ve orada Akupunktürü inceleyen bir Hintli doktor, ilk başta bu tedavi usulünün değerinden şüphe etmişti. Ama sonradan geleneksel tıbla batı tıbbının kaynaştırılmasının daha o zamandan gözle görülür başarılar elde etmiş olduğu kanısına vardı. Ayrıca kendisinin had safhadaki sinüziti de Akupunktür'le başarılı bir şekilde tedavi edildi.

Ben de, Pekin'deki ve öteki şehirlerdeki hastanelerde, apandisit, ekzema, romatizma, sinüzit, tüberküloz, migren tipinde başağrısı, bronşit ve çeşitli nevrastenik hastalıkların geleneksel Çin usulleriyle tedavi edildiğine bizzat tanık oldum. Hankov'da bir hastahaneye, batılı öğrenim görmüş cerrahların had safhada apandisit teşhisi koydukları baygın bir hasta gelmişti. Ampirik tıp ve Akupunktür'le tedavi edildikten sonra iyileşmiş olarak taburcu edildi.

Çinlilerin otlardan yapılan ilâçlarıyla Akupunktür bir arada yürütülüyor ve genellikle otlardan yapılan ilâçların uzmanları aynı zamanda Akupunktür'cü de oluyorlar. Geleneksel Çin tıp terminolojisinin çevirisi güçtür, ama **yin-yang** denilen «çelişmeler» kavramı temeldir. Vücut, organik bir bütündür; hastalık, farklı organlar ya da onların uzantıları arasındaki dengesizliklerin sonucudur; tedavi ise, dengenin ve uyumun yeniden sağlanmasından meydana gelir. Bu da, şu sekiz temel gerilim çizgisi arasındaki «zıtlıklar»ın giderilmesiyle olur: **yin-yang** (olumsuz- olumlu) **biao-li** (dış-iç), **leng-je** (sıcak-soğuk) ve **şü-şih** (boş-dolu).

Geleneksel Akupunktür kılavuzlarında, vücut, bu ilkeler ve bunların arasındaki «hayat güçleri» dengesi açısından bölümlere ayrılmıştır. Normal olarak, uzlaşabilir «çelişmeler» denge halinde olurlar. «Bütünlüğün bozulması» (hastalık) meydana geldiğinde, bir organ ya da bir fonksiyon dizisi gücünden fazla çalıştırılmış, aşırı uyarılmış, zedelenmiş ya da başka bir şekilde bozulmuş demektir. Doktorun görevi bu zıtlığın ya da kan hücumunun nedenini ortadan kaldırarak dengeyi yeniden kurmaktır.

Dr. Su Hung-tu şöyle diyordu: «Hiç şüphesiz, beynin merkezi sinir sistemi fizyolojiyi etkiler, Ni-çu cing-guan

(kanın beyne sıçraması) dediğimiz durum, vücudun başka yerlerinde organik ağrılara ve zedelenmelere yol açabilir. Çeşitli ağrılardan şikâyet eden bir hastaya batılı öğrenim görmüş bir doktor yüksek tansiyon teşhisi koyabilir; buna karşılık, aynı hasta, Çinli bir doktor tarafından ilâç ve Akupunktür'ün birleştirildiği bir yöntemle tedavi edilebilir.»

«Batılı tarzda yetişmiş bir doktor, hastaya genellikle sadece hastalığın belirtilerini ve geçmişini sorar. Çinli doktor ise, hastayı, hem dış hem de iç gerilimlere tâbi bir bütün olarak ele alır. Hastanın ailesi, anası ve babasıyla ilişkileri, karısını sevip sevmediği, işinin nasıl gittiği, kişisel sorunlarının neler olduğu, hayatındaki uyumsuzluğun nerede bulunduğu, oturduğu şehrin yerlisi olup olmadığı, güneyli mi yoksa kuzeyli mi olduğu gibi konularda bilgi edinmek ister. Teşhiste bulunurken, bunların hepsini hesaba katar.»

Akupunktür'e en çok inananlardan biri olan İngiliz romancısı Aldous Huxley daha 1957'de, Artık uluslararası Akupunktür kongrelerinin toplandığını ve yüzlerce Avrupalı doktorun batı tıp bilim ve sanatı ile eski Çin Akupunktür'ü bilim ve sanatını birleştirmeye çalıştığını söylüyor ve şöyle devam ediyordu:

«Dizin hemen altından bacağın dış yüzeyine batırılan bir iğnenin (iğne başka yerlerden daha derine de girebilir; ustaca sokulursa, hiç kan çıkarmaz) karaciğerin çalışmasını etkileyebilmesi hiç şüphesiz muazzam bir şey. Normal olarak sağlıklı bir organizmada (Çinlilerin ileri sürdüğüne göre) sürekli bir enerji dolaşımı vardır. Akupunktür enerji akışını yeniden yönlendirir ve normal hale getirir.»

Çinli Akupunktür'cüler, kol ve bacakları, gövde ve başı, vücudun çeşitli organlarıyla şu ya da bu şekilde

bağıntılı olan gözle görülmez «dikey çizgiler»le bölgelere ayırıyorlar. Huxley bunu «bir ampirik olgu meselesi olarak» kabul ediyor. Şöyle diyor :

«Bu dikey çizgilerin üzerine aşırı duyarlı noktalar işaretlenmiştir. Bu noktalardan birine batırılan bir iğne noktanın üzerinde bulunduğu çizgiyle bağıntılı olan organın işleyişini etkiler. Usta Akupunktür'cü, iğneyi isabetli noktalara batırarak, normal enerji dolaşımını yeniden kurar ve hastalığı ortadan kaldırır.»

Burada gene omuzumuzu silkebilir ve bunun saçmasapan bir şey olduğunu söyleyebiliriz. Ama en son Akupunktür Kongresi tutanaklarına bir göz atarsak, deneycilerin son derece hassas elektrik ölçme araçları kullanarak bu Çin dikey çizgilerini izleyebildiklerini ve iğneyi stratejik bir noktaya batırdıklarında, oldukça büyük ölçüde elektrik değişimlerinin kaydedildiğini öğreniriz.

Huxley, «Eski Çin yöntemlerinin başarıyla uygulandığı» patolojik belirtiler arasında «çeşitli ruhsal bozuklukların da (örneğin, bazı ruhsal çöküntü ve bunalım türleri) bulunduğunu, muhtemelen organik bozukluklara bağlı olan bu hastalıkların, vücudun normal enerji dolaşımı yeniden sağlanır sağlanmaz ortadan kalktığını; psikanalistin koltuğunda yıllarca elde edilemeyen, sonuçların, bazı vakalarda, gümüş bir iğnenin iki üç batırılışıyla elde edildiğini» anlatıyor.

Sağlık hizmetlerini Çin'in köylük bölgelerinin ta içlerine kadar ulaştırma meselesi üzerinde önemle duran Kültür Devrimi, batı eğitimi görmüş tıp adamlarını derinden etkilemesinin yanısıra, yapılan çalışmaların kitlelere danışılması şeklinde daha alçakgönüllü bir anlayışı da beraberinde getirdi. Akupunktür'ün etkinliği ve uygulanışında geliştirilen yeni teknikler, Akupunktür'ün 1970'

lerde, daha yaygınlaşmasını ve daha büyük sonuçlar elde etmesini sağladı.

Kendisiyle büyük karın urlarının alınmasında, göğüs cerrahisinde ve hatta açık kalb ameliyatlarında anestezi yönteminin yeni uygulamalarını tartıştığımız sırada, Dr. Lin Çiao-cih, «Akupunktür'ü açıklamak için henüz genel bir anatomi teorisi yok,» dedi. Ve «Binlerce bilim adamımız bu mesele üzerinde çalışıyor, yakında 'şeytanın bacağını kıracağımızı' sanıyoruz» diye sözlerini tamamladı.

1968 Kasımında, eskiden batılılarca Mançurya diye adlandırılan Liaoning eyaletinin başkenti Şenyang'daki «Sağır ve dilsiz» çocuklar için kurulmuş bir okula, sağlık işlerini ve Akupunktür eğitimini yönetmek üzere yollandık. Okul personeline işin tekniğini öğrettik ve onların desteğini sağladık. Kısa bir süre içinde birçok öğrenci duyma ve konuşma yeteneklerini yeniden kazandılar. Söylemeyi öğrendikleri ilk şey «Yaşasın Başkan Mao» oluyor. İki yıl içinde 582 öğrenciye bu tedaviyi uyguladık ve bunların % 98'inden fazlası yeniden işitmeye başladılar. % 80'i ise kısa cümleler halinde konuşabilmekteydiler. Köklü bir değişiklik meydana geldi. Artık işaret diliyle konuşmaya çalışanlar yok; onların yerini okuma ve şarkı sesleri aldı.

Günlük Akupunktür tedavilerini izliyoruz: İğneler tertemiz yıkanmış kulakların gerisine, derine batırılıyor. «Zorluklardan ve ölümden yılma» diye bağırıyor bir delikanlı, gözleri neredeyse yaşararak.

Şimdi bu gibi okullar diğer Çin şehir ve kasabalarında da açılmış bulunuyor. Pekin'de evvelce karşılaşmış olduğum Hollanda'lı bir doktora ve karısına bu husustaki görüşlerini sordum. Her ikisi de Amsterdam'daki bir

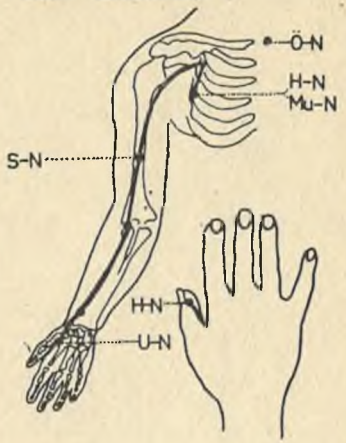
sağırlar okulunda, ileri Avrupa teknikleri kulanarak yıllarca çalışmışlardı. Başlarını sallayarak «Mucize» dediler; «İman Tedavisi.»

Akupunktür Anatomi teorisince hâlâ izah edilmemiş olabilir. Ancak sayıları gittikçe artan batılı Akupunktür uzmanlarının da doğrulayacağı gibi artık bir mucize olmanın çok ötesine geçmiştir.

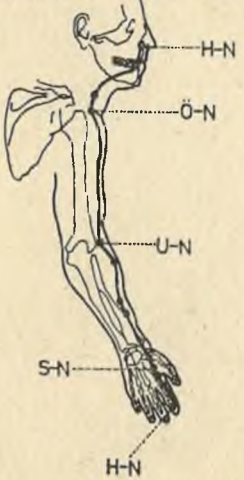
黃帝軒轅氏

HUANG-Tİ

KALP MERİDYENİ I

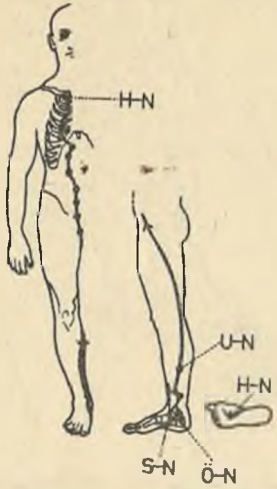


İNCEBAĞIRSAK MERİDYENİ II

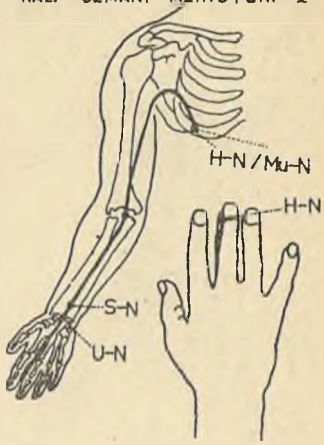


MESANE MERİDYENİ III

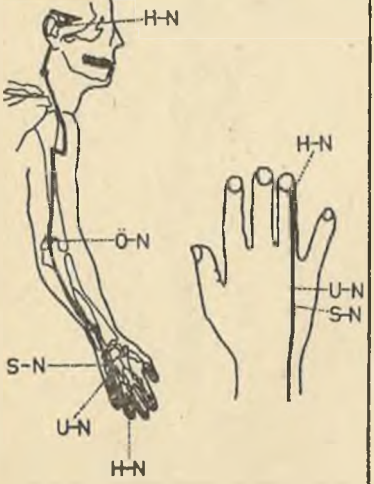
BÖBREK MERİDYENİ IV



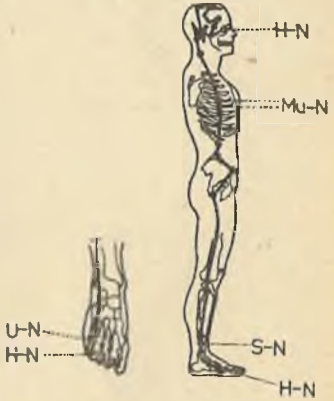
KALP UZMANI MERİDYENİ V



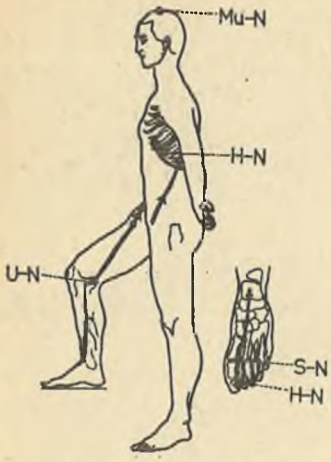
ÜÇ BÖLÜMLÜ ISITICI MERİDYENİ VI



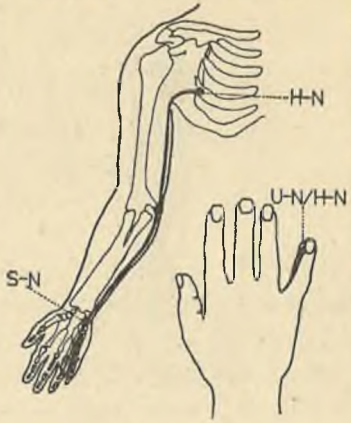
SAFRA KESESİ MERİDYENİ VII



KARACİĞER MERİDYENİ VIII

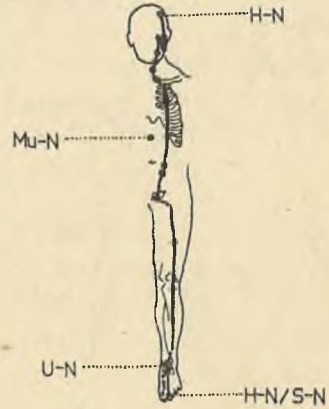


AKCİĞER MERİDYENİ IX

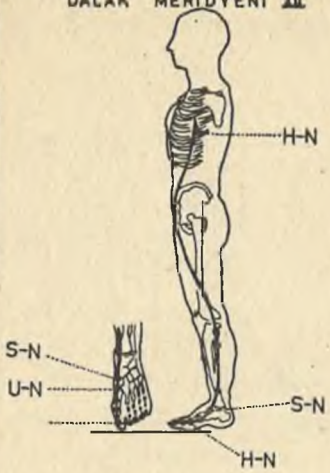


KALINBAĞIRSAK MERİDYENİ X

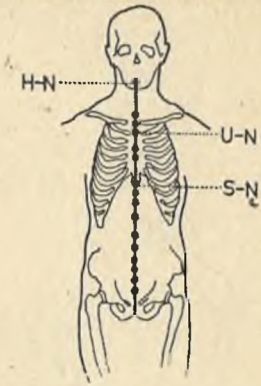
MİĞDE MERİDYENİ XI



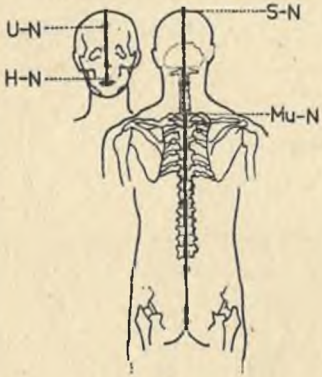
DALAK MERİDYENİ XII



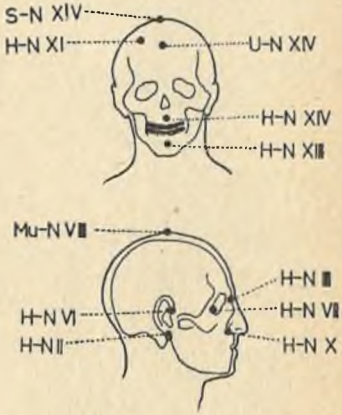
KONSEPSİYON MERİDYENİ XIII



YÖNETİCİ MERİDYEN XIV



KAFA NOKTALARI XV



3. BÖLÜM

AKUPUNKTÜR MERİDYENLERİ VE AKIM NOKTALARI

Akupunktür'ü Çin'de ilk defa öğrenen Avrupa'lı, Hollanda'lı doktor Ten Rhyne'dir. Rhyne geri döndüğünde bu şaşırtıcı tedavi yöntemi hakkında «pek bir şey anlıyamadım» diye yazmıştı. Bu yazı 1681'de yazılmıştı ve bu anlaşılmazlık hali yüzlerce yıl sürdü. Fakat artık günümüzde bu böyle değildir. Akupunktür bir sır olmaktan çıkmıştır.

—Akupunktür— sözcüğü Avrupa'lı doktorlarca ortaya konmuştur. Latincede nokta anlamına gelen «acus» ile batırmak anlamına gelen «pungere» birleştirilerek elde edilmiştir. Çin'de ise bu tedavi yönteminin adı Tschen Tschiu'dur. Anlam bakımından ikisi de aynıdır. Ve Akupunktür'ün tedavi yöntemleri de çok basittir.

a — Akım Noktaları ve Meridyenler :

İnsan vücudundaki bazı belirli noktalar ile iç organların fonksiyonları arasında bir ilişki vardır.

Bunlar vücut üzerinde belirli bir hat üzerine dizilmiş «MERİDYENLER»dir. Meridyenler simetrik olarak dizilmişlerdir. Yani vücudun her iki yarısında eşit sayıda Akupunktür noktaları vardır.

İnsan vücudunda toplam olarak 12 merkez meridyen, 12 yan meridyen ve 8 özel meridyen bulunmaktadır.

Bu meridyenlerin tümü aynı öneme haiz değildirler. Bunlar önemli, daha az önemli ve önemsiz olarak kendi aralarında ayrılırlar.

Böylece, bunlar değişik derecede önem taşıdıklarından, doktorlarca tümünün bilinmesi ve tedavilerde kullanılması da söz konusu olamaz.

Böyle olunca mütehassıslarca da tüm noktaların bilinmesi gereksiz olmaktadır. Sadece önemli ve pratikte sonuç alınmış olan noktaların iyi bilinmesi tedavilerde yeterli olmaktadır.

Bugüne değin bilinen Akupunktür noktalarının sayısı 1054'ü bulmaktadır. Fakat bu sayı onun maximum değeri değildir. Tüm ilimlerde olduğu gibi, evrim süreci, Akupunktür için de geçerli olduğundan bu sayının artması ve yeni yöntemlerin bulunması söz konusudur. Fakat bunlar onun temel kurallarını değiştirmemekte, yalnızca uygulamada kolaylık, çabukluk ve rahatlık sağlamaktadır. Buna en iyi örnek son yıllarda Akupunktür'ün cerrahî operasyonlarda ağrı ve acı duymayı önleyici olduğunun bulunması ve pratikte geniş olarak kullanılmaya başlanmasıdır. Yirmi yıldan beri kullanılan bu yöntemde de gelişme olmuş, ağrı ve acıyı dindirmek için 30 kadar iğne kullanılırken, bugün bu sayı 2-4'e kadar düşürülebilmiştir.

Yine eskiden vücudun sayısız noktalarına ve meridyenlerine iğneler batırılırdı, oysa bugün kulakta saptanan çok hassas ve etkin bölgeler (Akupunktür noktaları) sayesinde, bu saplama sayısı çok azalmıştır. Bu yol ile narkoz sistemi artık tarihe karışmıştır. Bugün Akupunktür tüm cerrahî operasyonlarda narkoz yerine kullanılmaktadır. Ve tüm yan etkilerden uzak olarak

b — Yin ve Yang Enerjilerinin Yeni Yorumları :

Vücut organları sadece bir Akupunktür noktasından etki altına alınmamaktadır. Fakat yine birçok Akupunktür-noktası da bir organı etki altına almak için kullanılmamaktadır. Karşılıklı tesir, Meridyenler aracılığı ile tüm organ grupları üzerinde ortaya çıkmaktadır. Çalışmalar ve uygulamalar göstermiştir ki, organ grupları belirli ortak özellikler göstermektedir. Bu ortak özellikler Eski Çin'de «Yin» ve «Yang» büyük enerjileri olarak belirtilmiştir.

Bu düzenlemeden bugün vazgeçilmiştir. Fakat bu teorinin bugünkü bilimsel bulguların ışığı altında belli bir amaca yönelik birşeyler anlatma durumunda olduğu da ortaya çıkmıştır.

c — Oniki Merkez Meridyen :

Çağdaş tıp insan vücudunda iki ana yönetim grubunu kabul etmektedir.

Her organ - vegatative - sinir sistemi tarafından sevk ve idare edilmektedir. Bu sevk ve idare aynı anda iki görevi de yüklenmiştir. Sempatik sinir sistemi, iç güdü, iş, enerji ve güç. İkinci olarak, sinir sistemi ile sakinlik, dinlenme ve uyku sağlanmaktadır.

Sinir sistemleri hakkında Akupunktür buluşlarını incelemekle çok geniş bilgilere sahip olunacaktır. Öyle görünmektedir ki Meridyenler bu iki sevk ve idare edici sinir sistemi ile bu türlü ilişkidedir.

Merkez meridyenler iki büyük grupta toplanmıştır. Aktif olanlar (Yang organları), pasif olanlar (Yin organları.

Aktif meridyenlere ait olanlar :

— Kalınbağırsak Mer.
— Miğde Mer.
— İnce bağısak Mer.
— Mesane Mer.
— Safra kesesi Mer.
— Üç bölümlü ısıtıcı Mer.

Altı pasif meridyen de şöyledir :

— Akciğer Mer.
— Dalak Mer.
— Kalp Mer.
— Böbrek Mer.
— Karaciğer Mer.
— Kalp uzmanı Mer.

Bu meridyenler birbirleriyle karşılıklı ilişkidedirler; bu komşuluk enerji alışverişi ile açıklanmaktadır.

Pasif organlara ait meridyenler genellikle vücudun (uzuvların) iç kısımlarında bulunmaktadır. Örneğin, kolun iç kısmında kalp, akciğer ve kalp uzmanı meridyenleri, bacakların iç kısımlarında ise diğer üç pasif meridyenler bulunmaktadır.

Aktif organlara ait meridyenler ise vücudun (uzuvların) dış kısımlarında bulunmaktadır. Kollarda, ince bağırsak, üç bölümlü ısıtıcı noktaları; bacaklarda mesane, safra ve mide.

Bu sistemin bilinmesi ile tedavinin büyük bir bölümü kolaylaşmaktadır.

d — Meridyenler Üzerindeki 5 Temel Uyarı Noktası:

Akupunktür tedavi yöntemini öğrenmeye geçmeden evvel, bu nokta çeşitleri hakkında yeterli bilgiye sahip

olunmalıdır. Çünkü bunların herbiri değişik işlevlere sahiptir. Bu noktalar beş bölümde toplanmaktadır:

1 — **HARMONİ NOKTASI** : Bu kısaltılmış olarak «H-N» şeklinde gösterilmiştir. Bu noktalar bir meridyenin başlangıç ve bitiş yerlerinde bulunurlar. Bu noktanın akımı tüm organlar için bir harmoni, ahenk ve uyum sağlar. H-N hastalık teşhis edildikten sonra çeşitli organların bozulan fonksiyonlarının yeniden normale dönmesinde kullanılır. Bu noktanın kullanmında en yüksek başarı çelik iğneler ve parmakla masaj (Akupressör) da elde edilmiştir.

2 — **UYARICI NOKTA**: Bu kısaltılmış olarak «U-N» şeklinde gösterilmiştir. Her meridyende bu noktadan bir tane bulunur. Bu noktanın akımı organların enerji ve aktivitesini arttırmaktadır. Bu yönden bazen karşı koyma - noktası olarak da adlandırılır. U-N. organların fonksiyonlarını tam anlamıyla yapamadıkları, başka bir deyişle zayıfladıkları, kuvvetten düştükleri zamanlarda, onları güçlendirmek ve yeniden aktif düzeye çıkarmak için kullanılır. Bu noktanın kullanımında en yüksek başarı altın Akupunktür iğneleri ile elde edilmektedir.

3 — **SAKİNLEŞTİRİCİ NOKTA** : Bu kısaltılmış olarak «S-N» olarak gösterilmiştir. Her meridyende bu noktalardan bir tane bulunur. Bu noktanın akımı organlar için teskin edici ve dinlendiricidir. Bu açıdan rahatlatıcı-nokta olarak da isimlendirilir. Organların aşırı çalışmalarında şarj edici, fazla çalışmalarında kuvvet verici, iş ve dinlenme konusunda dengeye getirici olarak S-N kullanılmaktadır. Bu, noktanın kullanımında en yüksek başarı gümüş Akupunktür iğneleri ile elde edilmiştir.

4 — **ALARM veya MU NOKTASI** : Bu kısaltılmış olarak «MU-N» olarak gösterilmiştir. Her organ siste-

mi en az bir alarm noktasına sahiptir. MU noktaları çift fonksiyon görmektedir. Birincisi, MU noktalarının parmak ile masaj (Akupressör) da çok etkin olduğu saptanmıştır. İkincisi, bu noktanın akımı vücudun her türlü ağrı ve sızısını dindirmektedir. MU noktalarının kullanımında en yüksek başarı parmak ile masaj (Akupressör) da elde edilmiştir.

5 — **ÖZEL NOKTA** : Bu kısaltılmış olarak «Ö-N» olarak gösterilmiştir. Bu bölümde bir çok Akupunktür noktaları toplanmıştır. «Ö-N» bir çok Çin'li ve Avrupa'lı Akupunktür'cülerce de belirtilmiştir. Bu kitapta da bu noktaların önemlilerine değinilmiştir.

e — Merkez Meridyenlerin Akımları :

Bu farklı etki çizgileri şemalar üzerinde gösterilmiştir.

Merkez meridyenleri simetriktirler. Yani vücudun her iki yarısında karşılıklı olarak bulunurlar.

Önemli not : (Noktaların yerlerini kesin olarak saptamak için çizimleri dikkatlice inceleyiniz.)

1 — Kalp Meridyeni (Res. I):

Bu meridyen 9 noktadan meydana gelmiştir. Göğüs adelesinin dış kısmından başlar, sonra üst ve ön kolun iç kısımları boyunca aşağı doğru iner ve serçe parmağının ucunda sonlanır.

Önemli noktaları şunlardır :

Harmoni (H-N/I): Göğüs kafesinin üçüncü aralığında omuz hizasında. Bu noktadan başarılı sonuç genellikle Akupressör'de elde edilmiştir.

Uyarı (U-N/I): Bu nokta serçe parmağının 2 mm. yanında ve üst yan kısmındadır.

Sakinlik (S-N/I): Meridyenin 7. noktasıdır. Elin iç kısmında bilek kemiğinin bittiği yerde yandadır.

Alarm (MU-N/I): Kalp meridyeninde üç MU noktası vardır. Fakat bunların kalp meridyeni alarmı ile direkt ilişkileri yoktur. Birinci Mu-N, burun kökünün üç parmak üstünde, alında ve ortadadır. İkincisi elmacık kemiği ile göz arasında. Üçüncüsü göğüs kemiğinin üç parmak altında lokalize olmuş durumdadır.

Özel (Ö-N/I : Kalp meridyeninde ((Ö-N/I) yoktur.

2 — İnce Bağırsak Meridyeni (Resim II) :

Bu meridyenin 19 noktası vardır. (Vücudun her iki yarısında 39 nokta).

Meridyen serçe parmağından, kalp meridyeninin bittiği yere yakın başlar. Kolun dış kısmından yukarıya çıkarak, sırtı yanlamasına geçer ve yukarıya doğru dönerek çeneye ulaşır ve kulak memesinin tam ortasında son bulur.

Önemli noktaları şunlardır :

Harmoni (H-N/II): Serçe parmağının dış kısmında 2 mm. yanda; ve kulak memesinin ortasında.

Uyarı (U-N/II): Serçe parmağı hareket ettirildiği zaman, hareket eden mafsal üzerinde, bu mafsal yumruk sıkıldığı zamanda gözle görülebilecek biçimde hareket eder.

Sakinlik (S-N/II): Dirsek kıvrımının hemen altında.

Alarm (MU-N/II) : Kasık kemiğinin bir el genişliği

kadar üstünde, vücudun ortasından geçen bir hat, orta çizgi üzerinde.

Özel (Ö-N/II): Özel noktası yoktur.

3 — Mesane Meridyeni (Res. III):

Mesane meridyeni en uzun meridyendir. Burnun yan kısmında, göz çukurunun kenarından başlar, kafatası üzerinden geçer, sırtta iki bölüm şeklindedir. İçteki kısım sırtın alt kısmında son bulur. Dıştaki kısmı ise bacaktan aşağı iner, ayağın üst dış kısmına geçer ve ayak küçük parmağının tırnağının başladığı yerde sonlanır.

Her mesane meridyeninde 67 nokta vardır.

Önemli noktaları şunlardır:

Harmoni (H-N/III) : Ayak küçük parmağı tırnağının 2 mm. kadar yanındadır. Mesane meridyeninin başladığı yerdeki harmoni noktasının fazla bir önemi ve geçerliliği yoktur.

Uyarı (U-N/III): Harmoni noktasının (III), iki parmak arkasında, topuk yönünde ayağın dış kısmında bulunur.

Sakinlik (S-N/III) : Harmoni noktasının (III) bir el genişliği arkasında, ayağın dış kısmında.

Alarm (MU-N/III) : Kasık kemiğinin bir parmak genişliğinde üstünde, orta çizgi üzerinde.

Özel (Ö-N/III): Özel noktası yoktur.

4 — Böbrek Meridyeni (Res. IV):

Bu meridyenin 27 (vücudun her iki yarısında 54) noktası vardır. Ve harmoni noktası ile ayak tabanından

başlar. Bacağın iç kısmından yukarı doğru çıkar orta çizgiye paralel olarak yükselir ve göğüs-köprücük kemiği ekleminde son bulur.

Önemli noktaları şunlardır :

Harmoni (H-N/IV): Ayağın altında, ayak baş parmağına ait olan şişkinliğin yanında (Akupressör için) göğüs köprücük kemiğinin hemen altında. (Soldaki nokta sağdakinden daha etkilidir.)

Uyarı (U-N/IV) : Baldır kemiğinin kenarında, kemiğin iç kısmında, üç parmak yukarısında. (Kemiğin direkt üzerinde değil.)

Sakinlik (S-N/IV): Ayağın iç kısmında, bir el genişliği yukarıda, meridyen boyunca (H-N/IV) ün arkasında.

Alarm (MU-N/IV) : Mu noktası 12. kaburganın serbest ucundadır.

Özel (Ö-N/IV) : İç kemiğinin bir parmak altında bulunur. «Aşk ve kanın kralı» olarak tabir edilen bu nokta, uzun zamandan beri her türlü sexüel bozukluklarda başarı ile kullanılmaktadır. Bu noktada en fazla başarı küçük Altın Akupunktür iğneleri ile elde edilmiştir.

5 — Kalp Uzmanı Meridyeni (Res. V) :

Bu meridyen özellikle kan dolaşımı ve seksüaliteyi koordine eder.

Meridyen, meme başı ile koltuk altı kenarı hizasında bu iki bölgenin arasından başlar, kolun iç kısmından aşağı doğru iner ve orta parmağın uç kısmında son bulur.

Önemli noktaları şunlardır:

Harmoni (H-N/V): Orta parmak tırnağının yanında, memebaşı ve koltuk altı kenarı arasında, 4. kaburga boşluğunda. (Akupressör için.)

Uyarı (U-N/V) : El ile bilek kemiği eklemi arasında.

Sakinlik (S-N/V) ; (U-N/V) noktasının iki parmak arkasında.

Alarm (MU-N/V) : Bu nokta harmoni noktası ile üstüstedir; 4. kaburga kemiği boşluğunda. Bu noktanın kullanımında Akupressör yöntemi çok etkilidir.

Özel (Ö-N/V) : Bu meridyenin özel noktası bulunamamıştır.

6 — Üç Bölümlü Isıtıcı Meridyeni (Res. VI) :

Bu meridyenin üç bölümlü ısıtıcı adını alması, onun vücudun solunum, sindirim ve salgı sistemleri üzerinde etkin bir rol oynamasından ileri gelmektedir. Bu meridyen harmoni noktası ile yüzük parmağı tırnağı yakınından başlar. 23 noktadan meydana gelmiştir. Kolun dış kısmından yukarı doğru çıkar, köprücük kemiğinden geçerek omuz ve kulağa ulaşır.

Önemli noktaları şunlardır :

Harmoni (H-N/VI) : Yüzük parmağının 2 mm. yanında, küçük parmak tarafında. Bu noktada özellikle çelik Akupunktür iğneleri başarılı olmuştur. İkinci harmoni noktası, kulak üst kıvrım sonundaki bölgedir. (Akupressör için.)

Uyarı (U-N/VI) : Elin üzerinde, 4. ve 5. parmak arasından iki parmak arkada.

Alarm (MU-N/VI) : Göbeğin iki parmak altında, orta çizgide.

Özel (Ö-N/VI) : Dirsek kıvrımının hemen üzerindedir. Romatizma ve adele ağrısı için çok etkili bir noktadır. (Akupressör.)

7 — Safra Kesesi Meridyeni (Res. VII):

Bu meridyen kafadan ayağa kadar iner. Toplam olarak 44 noktadan meydana gelmiştir. (H-N/VII) ile gözün dış kenarından başlar, bacağın dış yüzünden (kenarından) aşağı doğru iner ve 4. ayak parmağında sonlanır.

Önemli noktaları şunlardır :

Harmoni (H-N/VII)): Gözün dış kenarında yalnız (Akupressör) ve 4. parmağın tırnaktan 2 mm. yanında küçük parmak tarafında.

Uyarı (U-N/VII) : 4. ayak parmağında tırnağa yakın ve yanda. (Küçük parmak tarafında).

Sakinlik (S-N/VII): Baldır kemiği üzerinde yanda.

Alarm (MU-N/VII) : Bu meridyende iki adet MU-N vardır. Önemlisi 5. kaburga kemiği boşluğunda, koltuk altı hizasında; ikincisi hemen onun altında 6. kaburga kemiği boşluğunda.

Özel (Ö-N/VII) : İki kaşın ortasından iki parmak üzerindedir. Özellikle safra kesesi hastalıklarında kullanılır.

8 — Karaciğer Meridyeni (Res. VIII) :

Ayak baş parmağı tırnağı kenarından başlar, bacağın iç kısmından yukarı doğru çıkar ve sonlanır. Toplam olarak 14 noktadan oluşur.

Önemli noktaları şunlardır:

Harmoni (H-N/VIII): İki harmoni noktası vardır. İlki ayak başparmağı tırnağı yanında, ikincisi 7. kaburga kemiği boşluğunda, memebaşı hizasında.

Uyarı (U-N/VIII) : Diz mafsalı kıvrımı üzerinde, bükülen kemik üzerinde.

Sakinlik (S-N/VIII): Ayak başparmağı ile 4. parmak arasındaki bölge.

Alarm (MU-N/VIII) : Eşit değerde iki MU-N vardır. Birincisi kafatasının üst ortasında, ikincisi iki kaşın arasındadır.

Özel (Ö-N/VIII): Bugüne kadar bulunamamıştır.

9 — Akciğer Meridyeni (Res. IX))

Bu meridyen 3. kaburga kemiği boşluğundan başlar ve kolun iç kısmından aşağı doğru inerek baş parmakta sonlanır.

Önemli notkaları şunlardır :

Harmoni (H-N/IX): 3. kaburga kemiği boşluğunda ve başparmak tırnağının 2 mm. iç yanında.

Uyarı (U-N/IX): Başparmak ile işaret parmağı arasında, elin iç kısmında.

Sakinlik (S-N/IX) : Üst kolun ortasında,, biceps adelesinin tam üstünde.

Alarm (MU-N/IX) : İlk MU-N, birinci (H-N/IX) ile üst üstedir; ikincisi iki kaşın arasında; üçüncüsü burun kökünün üç parmak üzerinde (MU-N/IX) noktası gibi.

Özel (Ö-N/IX) : Bronşit (Sigara içenler) için çok kullanılan bir nokta. Göğüs kemiğinin üst bittiği yerde.

10 — Kalınbağırsak Meridyeni (Res. X):

Bu meridyen işaret parmağı tırnak kökünden başlar, kolun üst kısmından yukarı doğru çıkar, omuz üzerinden burun deliği kenarı ile dudak arasında sonlanır.

Önemli noktaları şunlardır :

Harmoni (H-N/X): İşaret parmağının baş parmak tarafından, yanda tırnak yakınında (çelik Akupunktür

iğnesi) ve burun deliği kenarı ile dudak arası. (Akupressör).

Uyarı (U-N/X): Bükülmüş kolda, dirsek kısmı hizasında dışta.

Sakinlik (S-N/X): Başparmak ve işaret parmağı bitiş kemiklerinin önünde.

Özel (Ö-N/X) : Omuz başı üzerinde. Bu nokta özellikle hemeroit ağrılarına karşı (ESCHE-HEİ) çok etkindir.

11 — Miğde Meridyeni (Res. XI):

Başın üst kısmından ayağa kadar uzanan bu meridyen 45 noktadan meydana gelmiştir. Alnın üst yanından alt çeneye, göz, boyun, göğüs, mideden, bacağın ön kısmından ayak ikinci parmak tırnağına kadar iner.

Önemli noktaları şunlardır :

Harmoni (H-N/XI): Alnın üst yan kısmında (Akupressör); ikinci ayak parmak tırnağının başparmak yönünde yanında. (Çelik Akupunktür iğnesi).

Uyarı (U-N/XI) : Baldır kemiğinin alt kısmında.

Sakinlik (S-N/XI): İkinci ayak parmağındaki (H-N/XI) ile üst üstedir.

Alarm (MU-N/XI): Göbeğin 5 parmak üzerinde, orta çizgi üzerinde.

Özel (Ö-N/XI): Şimdiye kadar bulunamamıştır.

12 — Dalak Meridyeni (Res. XII):

Ayak baş parmağı tırnağı dibinden göğüs kafesine kadar uzanan bu meridyen 21 noktadan meydana gelmiştir.

Önemli noktaları şunlardır :

Harmoni (H-N/XII): Ayak baş parmağı tırnağının

2 mm. kadar yanında ve 6. kaburga kemiği boşluğunda, omuzun ön kısım hizasında.

Uyarı (U-N/XII): Ayak baş parmağı mafsalı aralığında. «Ta-Tou»

Sakinlik (S-N/XII): Ayağın kubbeli üst kısmı ortasında, kenar kısmın en yüksek noktasıdır.

Alarm (MU-N/XII) : 12. kaburganın iki parmak altında (sadece solda).

Özel (Ö-N/XII): Şimdiye kadar bulunamamıştır.

12 merkez meridyen yan ve özel meridyenlerle tamamlanır. Bu akım çizgileri Akupunktür noktalarını birleştirir. Fakat bunların kullanımı çok karmaşık olduğundan batı Akupunktür öğreticileri tarafından gizli tutulmaktadır

Burada «Konsepsiyon» ve «Yönetici» meridyenleri birer istisna teşkil ederler. Bu iki akım çizgisi üzerinde önemli noktalar bulunmaktadır ki bunlarla bilinen yöntemlerle (Harmoni, Uyarı, Sakinlik, Alarm ilk yardım) uygulamalar yapılmaktadır.

Yönetici ve Konsepsiyon meridyenlerinin özellikleri, iki yerde birden mevcut olmayışlarıdır. Bunların ikisi de vücudun orta çizgisi boyunca uzanırlar.

13 — Konsepsiyon Meridyeni (Res. XIII):

Bu akım çizgisi Çin'de «Jen-mai» (gebeliğin koruyucusu) olarak tanımlanır. 24 noktadan oluşmuştur. Bu meridyen vücudun ön ortasında bulunur. Kuyruk sokumu kemiğinden, çenenin sivri ucuna kadar çıkar ve sonlanır.

Harmoni (H-N/XIII): Harmoni noktası alt çene kemiğinde, çenenin sivri ucunda, ortadadır.

Uyarı (U-N/XIII) : Göğüs köprücük kemiğinin iki parmak altında, orta çizgide.

Sakinlik (S-N/XIII) : Göğüs kemiğinin alt uç noktasında.

Alarm (MU-N/XIII) : Bu meridyen birçok MU noktalarını bünyesinde taşır. Bunlar da birçok organ sistemlerine dağılır. Örneğin Kan dolaşımı, Kalp, Miğde, İnce bağırsak, Mesane gibi.

Bu MU-noktaları sözü edilen meridyenlerde açıkça anlatılmıştır.

Özel (Ö-N/XIII) : Gebelik ve sexüaliteye ilişkin birçok özel nokta vardır.

14 — Yönetici Meridyen (Res. XIV) :

Bu Çin'de «Tu-mai» olarak isimlendirilir. 28 noktadan oluşmuştur. Dudağın üst kısmından, ortadan başlar kafanın üstünden geçer, omurga boyunca aşağı doğru iner ve kuyruk sokumunda sonlanır.

Harmoni (H-N/XIV) : Üst dudağın üst kısmında ortada. Oldukça önemli bir noktadır.

Uyarı (U-N/XIV) : İki kaşın arasından 3 parmak yukarıda, orta çizgi üzerinde.

Sakinlik (S-N/XIV) : Başın tepe noktasında. (Yalnız Akupressör için).

Alarm (MU-N/XIV) : Köprücük kemiği hizasında, omurga üzerinde orta çizgide.

Özel (Ö-N/XIV) : Bu (H-N/XIV) ile üst üstedir.

f — Meridyenler ve Üzerlerindeki Başa Ait Noktalar (Res. XV).

Bu kitapta meridyenlerin tüm önemli noktaları ve son

yıllarda yapılan yoğun çalışmalar sonucu geçerliliği saptanan yeni Akupunktür noktaları gösterilmiştir. Kafa Noktaları şeması tüm bu meridyenlere ilişkin noktaların başta bulunanlarını toplu bir biçimde göstermektedir.

g — Meridyenlerin Genel Fonksiyonları ve İlgili Organları :

Bir meridyenin isim ve numarası ile Harmoni, Uyarı, Sakinlik, Alarm ve Özel noktalarını dikkatlice tespit etmek, onun kullanımındaki başarının temel esaslarını oluşturur.

Buradan yola çıkarak akım çizgilerinin belirli sağlık - düzeni sağlanmasında geniş spektrumlu rol oynadığını ifade edebiliriz. Örneğin : Kâlp - meridyeninin (I. Mer) fonksiyonu sadece kâlple sınırlı değildir. Onun çok daha ötelere uzanan etkinlikleri vardır. Bunlar kalbe çeşitli yönlerden etkiyen, bilinen veya bilinmeyen sinir sistemi fonksiyonları ve her türlü ruhsal durumlardır.

Bu durum diğer tüm merkez meridyenler için de geçerlidir. Bu Ana Meridyenler, sayısız vücut fonksiyonlarına çeşitli yönlerden etkide bulunurlar.

Genel olarak meridyenlerin temel fonksiyonları ve tekâbül ettikleri organlar hakkında bilgi edinmek yeterli olacaktır:

Kalp Mer. (I) : Kalp, psişe.

İnce bağırsak Mer. (II) : Sümük doku (sümüksel zar) ve düz (istem - dışı) kasların kramplarının çözülmesinde.

Mesane Mer. (III) : Vücudun her türlü salgılarında.

Böbrek Mer. (IV) : Böbrek, kan dolaşımı.

Kalp uzmanı Mer. (V) : Sexüalite, kan dolaşımı.

Üç bölümlü ısıtıcı Mer. (VI): Solunum, sindirim, salgı sistemi.

Safra kesesi Mer. (VII): Psişe, safra kesesi, kramp çözülmeleri.

Karaciğer Mer. (VIII): Karaciğer, metabolizma, her türlü nekahat.

Akciğer Mer. (IX): Akciğer, bronşlar, ağız-boğaz.

Kalınbarsak Mer. (X) : Sindirim, şişmanlık - zayıflık.

Mide Mer. (XI) : Her türlü psikolojik dengesizlik, miğde.

Dalak Mer. (XII): Dalak, pankreas, kan, katılgan doku.

Konsepsiyon Mer. (XIII): Alarm noktaları, sexüalite.

Yönetici Mer. (XIV) : Dişler, bunalımlar, ağrılar.

h — Önemli bir not.

Bu kitapta Akupunktür'ün tarihçesi, genel nitelikleri, ne olduğu, uygulamada bilinmesi gereken Merkez Meridyenler, bunların nerelerde kullanılacakları ve bunlara ilişkin çizimler verilmiştir.

İkinci kitapta ise Akupunktür'ün tekniği, uygulama pratikleri ve hangi hastalıklarda kullanılacağı şematik olarak detaylı bir biçimde anlatılacaktır.

1. Cildin Sonu

DEMELİ İSTEME ADRESİ
LİM ARAŞTIRMA GRUBU
P.K. - 5 Yeni Levent
İSTANBUL

BIBLIYOGRAPHY - REFERENCES

1 — Felix Mann Acupuncture Vintage Books New York 1973

2 — Dr. med. Wolf Ulrich «Schmerzfrei durch Akupressur und Akupunktur» Econ Verlag - Düsseldorf. Wien Ocak 1975

3 — Edgar Snow «The Long Revolution»

4 — Chine Quarterly No: 6 April - June 1961

5 — The Observer 22 October 1961

6 — Dr. E. Grey Dimond «Acupuncture Anesthesia» Journal of the American Medical Associattion Vol. 218, No: 10 6 December 1971.

7 — David V. Tansley «Subtle Body» Thames and Hudso - London, 1977

8 — Wilson Colin «Strange Powers» Abacus - Sphere Books. London - 1975

9 — Dr. J. Daniaud «Stimulothérapie Cutanée»

10 — E. Grey. Dimond H.D. «Acupuncture Anesthesia» J.A.M.A.- Dec 6 - 1971.

11 — The Lancet. Vol. II. Feb. 1973.

YAYIMLANMIŞ KİTAPLARIMIZ

— AGARTA 1. CİLT
— UÇAN DAİRELER VE BİLİMSEL İNCELENİMLERİ 1. CİLT
— AKUPUNKTÜR 1. CİLT

Akupunktür tedavi yöntemi; elektriksel, manyetik, plazmik ve onların da ötelerinde olup halen bilimsel olarak belirlenmesine çalışılan pek çok vitâl suptil organik bedenlerin bir kompozisyonu olan insan varlığının çağımızdaki kompleks hastalıklarını iyileştirmede, gidermede kullanılan sade bir tıbbî tekniktir.

Çoğu zaman hastaya ve doktorlara çeşitli açılardan pek çok yan sorun çıkaran birçok tıbbî uygulama ve terapi yerine, hemen hemen hiç bir sorun ve yan etkiye sahip olmayan Akupunktür tekniği artık tıp otoriteleri tarafından daha bir benimsenmeye başlamıştır. Halen ülkemizde giderek yaygınlaşan bir sistem olarak haklı bir ilgi gören Akupunktür'ün pek çok tedavilerde kullanımı yoluna da gidilmektedir.

Doğu ve Batı tıp çevreleri tarafından üzerinde derin etüdler ve pratik sahalarda araştırmalar yapılan Akupunktür tedavi yöntemine ülkemizde de gereken ölçüde ilgi gösterileceğine inanıyoruz.

Fiatı : 20 TL.